

19 de octubre de 2018

## VOLVER AL TRABAJO DESPUÉS DEL CÁNCER DE MAMA ¿Qué hay que saber?

Cuando hablamos de cáncer, y en particular de cáncer de mama, el 45% de las mujeres que superan la enfermedad tienen edades inferiores a la edad legal de jubilación, por lo tanto significa que están en edad de trabajar y que deben poder hacerlo. Desde **CCOO** creemos que hay que prestar especial atención al binomio cáncer de mama y trabajo y plantearnos algunas preguntas una vez superado el proceso de la enfermedad, ya que es cuando surge la necesidad (social y económica) de reincorporarse al puesto de trabajo (si aún se conserva) o de encontrar un puesto de trabajo nuevo (si durante el proceso se ha roto la relación laboral a causa de un despido, de un cierre de empresa, etc.) hecho, este último, que se produce con frecuencia.

### Después de haber sufrido cáncer de mama, ¿puedo volver a trabajar?

Estará en función de tu estado de salud y de si aún superado el proceso pueden quedar, de manera temporal o definitiva, algunas secuelas que pueden materializarse en diferentes situaciones legales (posibilidad de trabajar o no, o de continuar ejerciendo la misma profesión o no) que entre ellas pueden ser compatibles y simultáneas, y que en todo caso generan o limitan derechos.

Por eso lo primero que hay que saber es tu situación legal: discapacidad, incapacidad? Coloquialmente es empleamos indistintamente y son conceptos legales similares con consecuencias diferentes.

### ¿Tienes un Certificado de discapacidad?

El certificado de discapacidad es un documento público determinado por una junta médica, que se otorga a toda persona que lo solicite y que tenga una alteración funcional, permanente, transitoria o prolongada, física, sensorial o mental, valorando aspectos como dificultades de movilidad, familiares, etc.

### ¿Tienes el reconocimiento de una incapacidad permanente?

Esta debe ser otorgada por el INSS y se refiere a la incapacidad en relación con el ejercicio de la actividad profesional. Hay diferentes grados (total: para la profesión habitual, absoluta: para cualquier trabajo; gran invalidez: no puedes trabajar y además necesitas ayuda adicional).

Está en el marco de los derechos de seguridad social. Da derecho a una pensión. Queda exenta la parcial, que permite continuar trabajando en la profesión habitual y da derecho a una indemnización

### ¿Tienes una situación de especial sensibilidad?

Esta situación no requiere el reconocimiento legal / formal de ninguna institución. Como las otras es una valoración que se debe hacer para vigilancia de la salud (competencia del servicio de prevención de tu empresa). Tiene efectos sólo en el ámbito de la empresa, para garantizar que se tiene que adaptar el trabajo a la persona y no al revés.

### En términos generales, ¿qué hay que tener en cuenta a la hora de la reincorporación?

Cada caso es único y diferente, por eso se debe valorar individualmente, pero como secuelas más habituales tras un cáncer de mama nos encontramos dos principales problemas de salud que se han de



prevenir y que deben abordarse la práctica preventiva de la empresa desde la situación reconocida de especial sensibilidad (art. 25 de la Ley de prevención):

- **RIESGO DE SUFRIR linfedema:** se da cuando en la cirugía ha sido necesario el vaciado de la cadena ganglionar de la axila. Al sacar los ganglios se corta la linfa y se incrementa el riesgo de que se inflame, y produzca una inflamación del brazo que puede ser irrecuperable.

- **CANSANCIO, FATIGA Y DOLOR MUSCULAR:** como efecto secundario del tratamiento hormonal que se administra durante años como prevención.

### ¿Cómo podemos prevenir el linfedema en el lugar de trabajo?

Para la prevención del linfedema es necesario revisar el lugar de trabajo para evitar movimientos repetitivos con los brazos, movimientos secos o bruscos, tareas con riesgo de cortes, heridas, golpes, realización de fuerza, etc., o para garantizar que la posición de apoyo del brazo se hace de manera que no presiona la linfa (es decir que habrá que revisar la tabla o el la amplitud, altura y condiciones de la mesa de trabajo para garantizar que es amplio y que permite que los brazos queden siempre por encima de la mesa, por ejemplo).

### ¿Cómo podemos prevenir la fatiga y el dolor muscular?

Para la prevención de la fatiga y el dolor muscular se debería poder adaptar la jornada laboral, de manera que se puedan reducir tiempo en trabajo, garantizar pausas durante la jornada y la alternancia de tareas para generar tiempo de recuperación, o diseñar una distribución de la jornada laboral diaria o semanal que no añada fatiga y / o dolor muscular a la trabajadora.

También habrá que tener en cuenta, en esta adaptación horaria, los requerimientos de visitas médicas y la atención sanitaria de control que los primeros diez años de la enfermedad forman parte del protocolo de seguimiento médico, lo que requiere periódicamente la realización de pruebas médicas y visitas en el centro hospitalario. Este hecho debe generar una garantía de poder asistir y de disponer de un procedimiento de comunicación y justificación de estas que sea ágil y fluido.

El activo sindical de salud laboral de **CCOO**, los delegados/as de prevención, podemos ayudarte en este proceso si estás en esta situación. Ocupar un puesto de trabajo después de la enfermedad, generalmente es posible, con pequeñas adaptaciones de tu puesto de trabajo, si quieres conocer tus derechos ven a **CCOO** y te asesoraremos y acompañaremos en este proceso.

En cualquier caso, los delegados y delegadas de prevención de **CCOO** deben poder participar activamente en todo este proceso de adaptación de las condiciones de trabajo, y deben ayudar y velar para que todo esto sea posible, así que no lo dudes, ven al sindicato y te asesoraremos.

**PORQUE LA SALUD ES NUESTRO DERECHO Y**

**CCOO, NUESTRA FUERZA!**

**CCOO-Sector telecomunicaciones**

